Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
художественно-эстетического направления развития воспитанников № 5
«Ласточка»

**Оздоровление детей средствами организации детского туризма
в условиях ДОО**

(консультация для педагогов)

Подготовила воспитатель
первой квалификационной категории

Иргашева Мария Николаевна

г. Лермонтов, 2018

Одной из важнейших теоретических и практических задач оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении является внедрение инновационных подходов к сохранению и укреплению здоровья дошкольников.

Острота проблемы состоит в том, что:

- анализ заболеваемости детей выявил острую необходимость пересмотреть организацию оздоровительной работы в детском саду, а так же найти оптимальные варианты решения данной проблемы;
- показатели здоровья детей требуют принятия более эффективных мер по сохранению и укреплению здоровья наших дошкольников;
- многие дети нуждаются в особых технологиях физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и психологических проблем развития детей.

Изучение специальной литературы, практического опыта коллег, анализ существующих форм, методов и условий реализации оздоровительной работы в нашем дошкольном образовательном учреждении помог найти новые решения и новые возможности в этом направлении через использование *элементарных форм детского туризма*.

К туристической деятельности, как одному из форм работы с дошкольниками, прибегают крайне редко: считается, что туризм – это дело средней общеобразовательной школы. Однако мы уверены, что детский туризм в оздоровлении детей дошкольного возраста может и должен использоваться в качестве вспомогательного средства в педагогической практике ДООУ. Система работы по использованию элементарных форм туризма в оздоровлении детей старшего дошкольного возраста позволяет удовлетворить потребность детей в активной деятельности в рамках оздоровительной работы детского сада.

Дошкольный туризм является мощнейшим фактором оздоровления детей дошкольного возраста, так как характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребенку при отсутствии у него серьезных патологий.

Уникальность туризма заключается в том, что он всесезонен. Следовательно, можно добиться стойкой динамики снижения заболеваемости детей ОРЗ, ОРВИ и повышения уровня их физической и двигательной подготовленности, а так же решить ряд проблем психологического здоровья дошкольников.

Организация работы по внедрению туризма в оздоровительную работу ДОУ включает в себя ряд компонентов:

- физкультурно-оздоровительный
- социально-коммуникативный
- эмоционально-психологический
- эстетический и познавательный
- умело сочетает в себе игру, спортивные упражнения, элементарные эксперименты, оздоровительную гимнастику.

Для работы в данном направлении можно использовать следующие материалы:

Целевая программа «Туристы открывают мир» по оздоровлению старших дошкольников средствами детского туризма. В данной программе представлена современная модель организации оздоровительной работы с детьми 5-7 лет средствами детского туризма.

Проект «Шагающие за солнышком» (организация оздоровительного туристического лагеря в летний период в условиях дошкольного образовательного учреждения).

Картотека подвижных игр и упражнений для развития силы, ловкости, гибкости, координации движений.

Картотека оздоровительных упражнений, составленная на основе инновационных здоровьесберегающих технологий и собственных наработок.

Диагностические материалы для проведения мониторинга здоровья детей старшего дошкольного возраста.

Демонстративные (наглядные) материалы для родителей воспитанников (рекламные буклеты, папки-передвижки, электронные консультации и т.д.)

Методическая ракушка — работа с педагогами и родителями (семинары-практикумы, консультации специалистов ДОУ, конспекты тематических занятий и досугов).

Тематические презентации для педагогов и родителей («Ваш ребенок идет в поход», «Туризм как средство оздоровления дошкольников», «Система занятий по туризму в детском саду», «Виды детского туризма» и т.д.).

Целевая программа «Туристы открывают мир» по оздоровлению старших дошкольников средствами детского туризма.

Целью программы является создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей 5-7 лет через внедрение элементарных форм детского туризма.

Данная целевая программа включает в себя ***три сезонных проекта:***

«Вперед, в поход!» — **осень** (организация и проведение туристических походов, целевых прогулок и экскурсий).

«В здоровом теле, здоровый дух!» — **зима** (развитие физических и интеллектуальных способностей детей, обучение спортивному ориентированию на местности).

«Экология и здоровье» — **весна** (формирование основ экологического сознания дошкольников, укрепление психического здоровья через общение с природой).

Программа рассчитана на 60 учебных часов (1 раз в неделю), включая теоретические и практические занятия (в помещении и на местности) по 30 – 35 мин. На экскурсии, походы, целевые прогулки отводится от 1 часа до 2,5 часов. Режим работы в течение учебного года неодинаков: зимой в пасмурные дни преобладают теоретические занятия (эксперименты, досуги, познавательные занятия и т.д.), весной и осенью – практические (на местности). Часть занятия выполняется детьми, как «домашнее задание» (укладка рюкзака, составление плана местности, дыхательные упражнения). Итоговые занятия проводятся в форме туристических слетов (сентябрь – итоги деятельности оздоровительного туристического лагеря в летний период, май).

В программе представлены разнообразные средства туризма, включающие физические упражнения с использованием природного и социального окружения. К средствам туризма относятся специальные двигательные задания по ориентировке на местности, туристические упражнения по развитию навыков элементарного альпинизма. Особую группу средств, для физической и технической подготовки детей составляют упражнения по овладению техникой движений в пешеходных и лыжных прогулках, упражнения по рациональному преодолению естественных препятствий, а так же предметы личного и группового снаряжения.

В основе проекта *«Шагающие за солнышком»* лежит организация в летний период туристических походов и прогулок, имеющих ни с чем несравнимый оздоровительный эффект.

Ребенок дошкольного возраста должен ежедневно находиться на свежем воздухе не менее 3 часов в день. «День, проведенный ребенком без прогулки, потерян для его здоровья», писал Г.А. Сперанский.

Игры, проведенные на свежем воздухе, закаливают организм, повышают иммунитет ребенка. Дети получают солнечные и воздушные ванны, что благотворно действует на весь организм, повышает тонус нервной системы и увеличивает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям.

В настоящее время творческой группой (старший воспитатель, медсестра, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели старшей группы) разрабатывается концептуальная основа проекта, модель проектных мероприятий, тематические модули, предполагаемый результат реализации проекта.

В рамках данного проекта, на сегодняшний день разработаны следующие туристические маршруты:

Малой протяженности:

«Поле»

«Поход по территории ДОУ»

Средней протяженности:

«Городской парк»

«Лесной массив»

Дальней протяженности:

«Озеро»

Для более эффективного использования средств туризма в оздоровлении старших дошкольников содержание проекта предусматривает наличие тематических модулей (мини-проектов), каждый из которых содержит определенный сюжет, в котором связующим элементом является сказочный персонаж, помогающий раскрыть содержание каждого модуля.

На сегодняшний день педагогическим коллективом нашего детского сада сделано немало, но еще больше предстоит сделать, много идей и планов на будущее. Но самое главное, в настоящий момент, что бы наши дети были всегда здоровы!